

NOTFALL-CHEKLISTE:

— 10 TAGE VORBEREITET SEIN —

Vorräte sichern

- ✓ 30 Liter Wasser pro Person
- ✓ Lebensmittel für 10 Tage
- ✓ Medikamente & Hygiene
- ✓ Taschenlampen, Batterien
- ✓ Dokumente & Bargeld



Kommunikation & Info



- ✓ Radio, Apps, Infos der Behörden
- ✓ Familien-Treffpunkt festlegen
- ✓ Updates prüfen, Gerüchte meiden

Tag 1–2 Erste Maßnahmen

- ✓ Ruhe bewahren
- ✓ Vorräte rationieren
- ✓ Notfallrucksack bereit



Tag 5–6 Kooperation & Sicherheit

- ✓ Hilfsbedürftige unterstützen
- ✓ Lebensmittel prüfen
- ✓ Kommunikation halten



Tag 3–4 Stabilisierung



- ✓ Nachbarn einbeziehen
- ✓ Ressourcen sparen
- ✓ Lage prüfen

Tag 9–10 Rückkehr & Nachbereitung

- ✓ Schäden dokumentieren
- ✓ Erfahrungen auswerten
- ✓ Gemeinschaft stärken



Tag 7–8 Anpassung & Versorgung



- ✓ Vorräte checken
- ✓ Hygiene sichern
- ✓ Notfallpunkte kennen

Grundregeln:



- ✓ Ruhig bleiben, Panik vermeiden



- ✓ Ressourcen sparen



- ✓ Nachbarschaft helfen



- ✓ Sicherheit beachten



- ✓ Kommunikation sichern

> CHECKLISTE AUFHÄNGEN – SICHER & INFORMIERT BLEIBEN! <